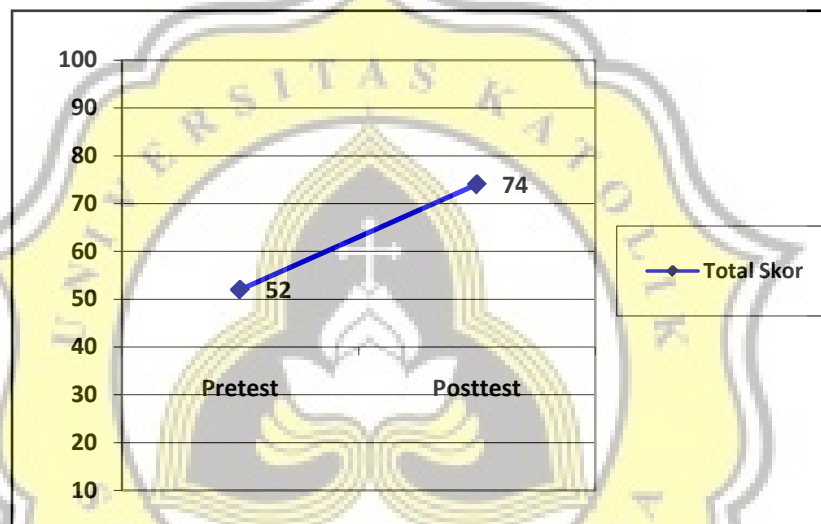


HASIL PENELITIAN

A. Hasil Analisa Kuantitatif

Pada pengujian statistik menggunakan uji *two related samples test* dengan rumus Wilcoxon diperoleh nilai z sebesar $-3,947$ dengan nilai α sebesar $0,000$ ($p < 0,05$), artinya ada perbedaan yang signifikan pada tingkat *subjective well-being* partisipan pada sebelum dan sesudah diberikan terapi. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pada tingkat *subjective well-being* partisipan setelah diberikan *Solution Focused Brief Therapy*.



Keterangan:

Subjective Well-Being rendah : Total skor < 56

Subjective Well-Being sedang : $56 > \text{Total skor} < 84$

Subjective Well-Being tinggi : Total skor > 84

Tabel 4. Grafik Perolehan Total Skor *Pretest* dan *Posttest*

B. Hasil Analisa Kualitatif

Analisa kualitatif dilakukan dengan melihat grafik hasil pengukuran skala *subjective well-being* yang diberikan kepada partisipan pada saat sebelum dan setelah pemberian tritmen *Solution Focused Brief Therapy*.

Kondisi *pretest* menggambarkan tingkat *subjective well-being* partisipan sebelum mendapatkan tritmen. Sedangkan kondisi *posttest* menggambarkan tingkat *subjective well-being* partisipan setelah mendapatkan tritmen SFBT.

Berdasarkan grafik di atas, pada saat *pretest* total skor *subjective well-being* partisipan berada dalam kategori rendah yaitu dengan jumlah skor 52. Setelah mengikuti tritmen, jumlah skor total *posttest* yang diperoleh partisipan meningkat menjadi 74 dan berada dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *subjective well-being* partisipan mengalami peningkatan. Jumlah total skor yang tertera pada grafik menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang berupa pemikiran (kognitif) dan perasaan (afektif) partisipan dalam domain keluarga, sekolah, pertemanan, lingkungan sekitar, dan diri sendiri.

Pada wawancara awal, partisipan merasakan ketidakpuasan dan berbagai afek negatif dalam domain keluarga. Keputusan ibu yang pergi meninggalkan partisipan tanpa disertai penjelasan membuat partisipan bingung dan kecewa. Partisipan berpikir ibu hanya mementingkan kepentingannya sendiri tanpa memperhatikan perasaan dan kondisinya. Setelah perceraian, komunikasi antara ibu dan partisipan sangat kurang, ibu jarang menghubungi dan membalas pesan yang dikirim partisipan. Ada pikiran negatif bahwa ibu tidak menyayangi dan menginginkannya. Di lain sisi, sejak perceraian tersebut, nenek partisipan seringkali menyalahkan dan menjelek-jelekkan ibu, juga melarang partisipan untuk berkomunikasi dengan ibu. Beberapa kali partisipan juga kesal dengan nenek karena sering mengomel padanya. Nenek juga pernah membaca *diary* partisipan. Hal ini membuat partisipan sedih, kecewa dan merasa keluarganya tidak rukun. Keadaan keluarga yang dirasa tidak rukun membuat partisipan melakukan perbandingan dengan keadaan teman-temannya yang memiliki keluarga harmonis, lalu timbul rasa iri hati dan tidak puas terhadap keluarganya, partisipan menginginkan keluarganya bahagia seperti keluarga teman-temannya. Hal-hal ini membuat partisipan tidak merasakan kepuasan dalam domain keluarga.

Dalam domain pertemanan, pada saat *pretest*, partisipan merasa tidak nyaman dan terganggu dengan beberapa teman laki-laki yang menurutnya nakal karena sering mengganggu. Ia juga kurang nyaman dengan beberapa teman perempuan yang cenderung memilih dalam berteman dan membuat grup sendiri. Partisipan mengakui dirinya pemalu, ia tidak cukup berani berkenalan bila ada teman baru. Ia juga malu saat tampil di depan banyak

orang seperti saat membaca puisi di depan kelas serta saat pentas menari di panggung. Selain itu partisipan merasa dirinya berbeda ketika teman-teman membicarakan tentang keluarga, ia merasa malu dan enggan bercerita apabila teman bertanya tentang keluarganya. Hal ini membuat partisipan sedih, sering terlihat melamun, dan menjadi kurang bersemangat belajar di sekolah.

Partisipan berpikir tugas-tugas maupun PR dari sekolah itu sulit, ia kesulitan terlebih dalam pelajaran Matematika, Bahasa Inggris, dan Bahasa Jawa. Partisipan merasa kesulitan dan tidak tahu meminta tolong siapa karena ayah seringkali mendapat shift malam sehingga tidak dapat membantunya belajar ataupun mengerjakan PR. Hal ini terkadang membuat partisipan kurang bersemangat dan malas berangkat sekolah. Menurut teman-teman, partisipan sering melamun ketika guru sedang menjelaskan pelajaran. Partisipan sendiri merasa sulit berkonsentrasi di kelas, ia sering memikirkan tentang keluarganya. Partisipan takut ketinggalan pelajaran dan mendapat nilai jelek. Partisipan juga tidak punya keberanian bertanya kepada teman maupun guru di sekolah, ia takut dianggap bodoh. Selain itu, partisipan merasa malu ketika tampil menari di panggung sekolah. Karena ikut ekstrakurikuler menari, maka kelompok tari partisipan sering tampil di acara-acara sekolah seperti perayaan Natal dan Paskah bersama, pesta perpisahan kelas 6, serta acara-acara lainnya. Partisipan merasa malu dan tidak percaya diri, ia takut salah dan ditertawakan orang-orang yang menonton. Saat pentas menari pandangan matanya tidak pernah melihat ke arah penonton karena merasa malu dan takut salah gerakan. Menurut partisipan, setiap akan tampil di depan orang-orang, jantungnya selalu berdetak cepat, gugup, dan menjadi berkeringat.

Sebetulnya partisipan senang dan menikmati berbagai kegiatan yang diadakan sekolah seperti saat acara Natalan, berbagai lomba guna memperingati hari kemerdekaan Indonesia, dan sebagainya. Namun partisipan mengeluh kelelahan, terutama bila acara-acara sekolah tersebut berdekatan dengan jadwal ulangan, mid, atau akhir semester, juga bila bersamaan dengan ada PR maupun tugas dari sekolah. Partisipan menjadi malas mengerjakan dan belajar karena kelelahan. Selain itu bila pentas menari, ada biaya kostum yang dikenakan pada siswa, sedangkan keluarga

partisipan bukan keluarga yang mampu. Beberapa hal tersebut membuat partisipan merasakan ketidakpuasan dalam domain sekolah.

Partisipan juga mengalami ketidakpuasan dengan lingkungan tempat ia tinggal karena seringkali terkena rob bila hujan turun dan menjadi panas, gersang serta berdebu bila tidak hujan. Partisipan seringkali mengeluh karenanya, namun di balik itu ia cukup senang karena memiliki tetangga yang baik, beberapa kali partisipan diberi makanan dan beberapa barang seperti tas, baju, dan alat tulis. Partisipan tidak memiliki teman bermain di sekitar rumahnya karena anak yang seumuran dengannya sebagian besar adalah anak laki-laki dan partisipan merasa tidak nyaman. Di rumah partisipan juga jarang menonton TV karena sering digunakan nenek dan saudaranya menonton acara TV lain yang partisipan tidak suka. Partisipan merasa kesepian, jenuh, dan bosan berada di rumah, ia ingin pergi jalan-jalan keluar rumah namun tidak diperbolehkan ayah pergi seorang diri.

Pada domain diri sendiri, partisipan merasa tidak puas dengan dirinya. Ia merasa dirinya jelek, tidak pintar, tidak punya bakat, dan tidak mampu melakukan apapun. Hal ini diperkuat karena nenek pun beberapa kali mengatai partisipan bahwa ia bodoh dan tidak bisa apa-apa. Bila mengerjakan soal, partisipan mudah mengatakan bahwa soalnya sulit dan ia tidak bisa mengerjakan, tanpa berusaha menyelesaikannya terlebih dahulu. Partisipan merasa tidak ada yang dapat dibanggakan dari dirinya karena tidak memiliki kelebihan apapun. Akibatnya partisipan merasa tidak yakin akan masa depannya, ia tidak tahu cita-citanya serta memiliki ketakutan akan perceraian. Ia takut bila berkeluarga kelak, juga akan mengalami perceraian seperti orang tuanya. Terkadang partisipan merasa mudah marah terutama apabila keinginannya tidak terpenuhi. Ia marah dan kecewa ketika ayah tidak dapat memenuhi permintaannya untuk menemaninya jalan-jalan, juga setiap kali ibu tidak membalas pesan dan mengangkat teleponnya. Perasaan kesal partisipan terlihat ketika sesi bermain *hang man* bersama terapis. Saat merasa kesulitan menebak kata, partisipan cenderung menyalahkan terapis karena membuat pertanyaan yang sulit. Tanpa terus berusaha menebak kata yang tepat, partisipan langsung menyudahi permainan.

Pada kondisi *posttest*, partisipan mulai dapat mensyukuri apa yang ia miliki sekarang. Meskipun orang tuanya telah berpisah, ia bersyukur masih

memiliki ayah dan nenek yang menyayanginya. Perubahan sikap nenek menjadi lebih baik membuat partisipan senang dan menambah rasa syukurnya. Nenek sudah jarang mengomel padanya, tidak menjelek-jelekkan ibunya, serta sudah tidak melarang partisipan berkomunikasi dengan ibu. Ayah memang tidak memiliki waktu banyak bersama partisipan dan terkadang masih timbul perasaan kecewa, namun partisipan belajar untuk memahami kondisi yang dialami keluarganya sekarang. Ia percaya ayahnya telah bekerja keras mencari uang agar partisipan tetap bisa sekolah dan mencukupi kebutuhan partisipan. Partisipan melihat berbagai kasus kekerasan yang dilakukan keluarga kandung terhadap anak di televisi, membuat partisipan berpikir kembali dan lebih bersyukur dengan keluarganya sekarang, tidak ada kekerasan di dalamnya.

Rasa syukur yang dirasakan membuat partisipan tidak lagi melakukan perbandingan dan menginginkan keluarganya seperti keluarga teman-temannya. Menurutnya masing-masing keluarga memiliki masalahnya sendiri-sendiri. Meskipun terkadang masih timbul rasa iri tatkala melihat teman-temannya bersama kedua orang tuanya, namun partisipan berusaha untuk bersikap biasa. Selain itu ia juga sudah tidak memaksa ayahnya untuk menikah lagi. Tinggal bersama ayah dan nenek sudah cukup membuat partisipan bahagia karena memiliki keluarga. Keputusan ibu meninggalkan rumah masih dianggap partisipan sikap yang egois karena tidak memperhatikan kondisi partisipan, bila teringat, masih ada perasaan kecewa namun partisipan berusaha untuk tidak memikirkannya lagi. Meskipun telah berpisah, partisipan tetap menjalin komunikasi dengan ibu. Partisipan sudah tidak terlalu berharap ibu membalas ketika ia mengirim pesan melalui BBM ataupun *what's up*, partisipan mencoba berpikir positif atas sikap ibu tersebut. Bila sedang rindu, partisipan hanya menulis pesan singkat yang mengungkapkan bahwa ia menyayangi ibunya. Ketika dalam proses terapi, suatu hari ibu pernah membalas pesan partisipan dan beberapa hari kemudian ibu menelepon untuk menanyakan kabarnya. Partisipan sangat senang dan berpikir bahwa ibu masih peduli kepadanya. Pada libur Lebaran, partisipan dan keluarganya memiliki rencana bersilaturahmi ke rumah ibu. Partisipan cukup senang dengan kedatangan saudaranya ke rumah setiap hari karena rumahnya menjadi ramai, ia tidak merasa kesepian.

Afek negatif seperti rasa tidak nyaman masih tampak apabila teman laki-laki di kelas masih mengganggunya. Mengabaikan dan melaporkannya kepada guru menjadi solusi bagi partisipan untuk mengatasi ketidaknyamanannya ini. Mengenai beberapa teman perempuan yang cenderung memilih dalam berteman, partisipan tidak menghiraukannya karena dirasa tidak terlalu mengganggunya. Sedangkan partisipan sendiri memiliki tiga orang teman yang dekat dengannya, menurutnya sudah cukup. Namun partisipan tetap berkomunikasi seperti biasa dengan teman-teman yang lain. Partisipan tidak terlalu memikirkan tentang pertemanan, untuk saat ini ia ingin fokus pada pelajaran karena akan naik ke kelas 6, ia memiliki target untuk lulus dengan nilai memuaskan sehingga dapat membuat ayahnya senang dan bangga padanya.

Partisipan masih memiliki kekawatiran terhadap nilai akademisnya meskipun selama ini ia sudah berusaha rajin belajar. Baik tugas berupa latihan soal maupun PR yang diberikan sekolah menurut partisipan memang ada yang sulit, partisipan menyadari semakin tinggi kelas maka materi yang dipelajari pun semakin banyak. Terkadang partisipan masih mengeluh terutama bila menemukan soal yang sulit dan tidak ada yang bisa mengajarnya di rumah. Namun partisipan tetap mencoba sesuai kemampuannya. Di sekolah, partisipan mulai berani bertanya kepada guru dan teman tentang materi pelajaran yang belum dipahaminya. Menurut teman-teman baik kepadanya karena mau mengajari materi pelajaran, hal ini membuat partisipan kembali semangat belajar. Berkat usahanya, ia berhasil mendapat nilai 70 pada ulangan Matematika dimana pelajaran tersebut merupakan salah satu pelajaran yang dianggap sulit oleh partisipan. Partisipan sangat senang, ia semakin bersemangat mengikuti pelajaran di sekolah serta tidak ragu bertanya bila ia masih belum paham. Berdasarkan keterangan dari beberapa teman, partisipan sudah jarang terlihat melamun saat pelajaran berlangsung. Keinginannya untuk bisa naik kelas dengan nilai memuaskan di rapor dan menyenangkan hati ayahnya menjadi kunci akan perubahan perilaku positif partisipan ini.

Mengenai kostum tari, partisipan tidak terlalu memikirkannya. Ia memahami kondisi keluarganya dan tidak memaksakan diri harus ikut pentas. Partisipan menganggap acara-acara sekolah sebagai hiburan ketika dirinya

jenuh dengan kegiatan belajar. Kegiatan-kegiatan sekolah dianggap partisipan sebagai hiburan kala ia merasa jenuh dari rutinitas belajar. Berawal dari pengalamannya saat membaca puisi di depan kelas, partisipan merasa yakin bahwa ia bisa melakukan hal yang sama saat pentas di perpindahan kelas 6. Partisipan merasakan kepuasan dan menganggap sekolahnya menyenangkan.

Di lain hal, partisipan tidak dapat berbuat apa-apa mengenai kondisi di sekitar lingkungan rumahnya, namun ia berusaha untuk selalu mengucapkan syukur karena masih memiliki tempat tinggal yang layak bila dibandingkan dengan anak-anak yang tinggal di kolong jembatan atau bantaran sungai. Untuk menghilangkan kejenuhan, partisipan menonton TV bila tidak sedang digunakan nenek atau saudaranya. Ia juga dapat bermain dengan keponakannya yang masih bayi atau membaca buku. Dengan mengurangi sikap mengeluh, membuat partisipan tidak terlalu memunculkan afek negatif dan ketidakpuasan terhadap lingkungan sekitarnya.

Sedangkan dalam domain diri sendiri, sekarang partisipan merasa dirinya lebih baik dibanding pada saat sebelum mengikuti tritmen. Apabila merasa kesal, partisipan memang merasa ingin marah namun tidak seperti sebelumnya yang langsung marah-marah kepada obyek yang membuatnya kesal. Partisipan mencoba untuk mengontrolnya dengan cara menarik napas bila ia rasa ingin marah itu muncul. Selain itu, partisipan sudah berusaha untuk tampil berani dengan melihat ke arah teman-temannya saat membaca puisi di depan kelas. Partisipan berpikir bahwa setiap orang pasti memiliki kelebihan dan kemampuan untuk melakukan sesuatu, demikian dengan dirinya. Ia mampu memeragakan gerakan tari hingga dipercaya guru untuk ikut pentas pada acara-acara sekolah, menurutnya hal itu adalah salah satu kelebihan yang dimilikinya. Ia juga dapat membantu nenek memasak serta menjaga bayi yang ada di rumahnya. Menurut partisipan orang yang terlihat cantik belum tentu hatinya baik. Ia menambahkan meskipun dirinya tidak cantik namun ia berusaha menjadi orang baik karena menurutnya percuma bila cantik namun hatinya tidak baik. Tentang masa depannya, partisipan masih belum tau apa cita-citanya namun ia ingin menjadi orang baik yang dapat membuat ayahnya bangga kepadanya. Ia sudah tidak takut akan pernikahan dan melalui pengalaman kedua orang tuanya, partisipan tidak